



BELGISCHE SHIATSU FEDERATIE  
FÉDÉRATION BELGE DE SHIATSU

# PROTOCOLE DE GESTION Covid-19

## Fédération belge de Shiatsu

Version du 1.8.2021

=> Les mesures gouvernementales changent en fonction de la situation, veuillez consulter [www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be) pour les dernières mises à jour. Le protocole sera mis à jour au fur et à mesure de l'évolution de la réglementation.

Dans ce document, vous trouverez toutes les informations sur le protocole de gestion Covid-19. Il a été élaboré pour vous préparer au mieux à la reprise de votre activité après la levée des mesures gouvernementales de lutte contre la propagation du coronavirus.

## Colophon

Ce protocole de gestion est publié par la Fédération belge de Shiatsu.

## Rédaction

Rédacteur responsable : Luc De Cuyper, président de l'asbl FBS

Pour toute question ou remarque sur le contenu de ce document, veuillez contacter [info@shiatsu.be](mailto:info@shiatsu.be).

**Publication et copyright** : BFS vzw /FBS asbl, Van Schoonbekestraat 148, 2018 Antwerpen

## Sommaire

- 1. Introduction**
- 2. Connaissances de base du Covid-19**
  - 2.1. Les coronavirus
  - 2.2. Propagation, symptômes et évolution
- 3. Mesures de protection de la population**
- 4. Mesures de protection dans le cabinet de shiatsu**
  - 4.1. Règlementation
  - 4.2. Coordinateur Covid
  - 4.3. Communication et information
  - 4.4. Règles de distanciation
  - 4.5. Durée de la séance de shiatsu
  - 4.6. Hygiène
  - 4.7. Nettoyage des locaux
  - 4.8. Ventilation des locaux
  - 4.9. Gestion des personnes contaminées
  - 4.10. Covid 19 et immunité
  - 4.11. Conformité et mise en œuvre
- 5. Autres informations**

## 1. Introduction

Depuis l'apparition de la pandémie de Corona, le gouvernement fédéral belge a pris un certain nombre de mesures visant principalement à prévenir la propagation de la contamination. Cela s'est fait en différentes phases, à mesure que la gravité et l'étendue de la crise devenaient plus claires. Ces mesures ont depuis lors été évaluées et ajustées à intervalles réguliers.

Dès qu'il sera décidé que les praticiens du shiatsu peuvent reprendre leur travail, certaines mesures devront être observées afin que les traitements se déroulent dans des conditions sûres. En tant que Fédération belge de Shiatsu, nous avons formulé des directives spécifiques qui font l'objet du présent protocole. Nous comptons sur votre sens des responsabilités pour les suivre correctement.

Nous tenons à souligner que vos clients qui présentent des symptômes d'infections respiratoires doivent appeler leur médecin de famille immédiatement et ne doivent en aucun cas se rendre dans votre cabinet. En tant que praticien du shiatsu, vous devez prendre votre température le matin de votre journée de travail. Si vous remarquez une température élevée, vous ne pouvez pas travailler.

Enfin, nous tenons à exprimer nos remerciements et notre soutien pour avoir respecté la fermeture obligatoire au cours des dernières semaines et pour avoir suivi les lignes directrices mentionnées ci-dessous. Nous savons que vous avez fait et faites encore face à des défis extraordinaires. Soyez assurés que nous continuerons à faire tout ce qui est en notre pouvoir pour vous soutenir au mieux de nos possibilités.

## 2. Connaissances de base du Covid-19

(Source : [www.sciensano.be](http://www.sciensano.be))

### 2.1. Les coronavirus

Les coronavirus (CoV) sont une grande famille de virus qui provoquent des maladies allant du simple rhume aux maladies graves telles que le MERS-CoV (syndrome respiratoire du Moyen-Orient) et le SARS-CoV (syndrome respiratoire aigu sévère). Les coronavirus sont zoonotiques, c'est-à-dire qu'ils se transmettent de l'animal et l'être humain.

### Le Covid-19

**Le coronavirus SARS-CoV-2** (anciennement appelé 2019-nCoV), qui provoque la maladie du Covid-19, est une nouvelle souche qui n'avait pas encore été identifiée chez l'homme. Il a été signalé pour la première fois à Wuhan, en Chine, le 31 décembre 2019, d'où son nom original de 2019-nCoV.

Les autorités sanitaires belges suivent de près l'évolution de l'épidémie. Restez à l'écoute pour connaître les **dernières informations et procédures** pour :

[professionnels de la santé](#) ou [citoyens\(linkisexternal\)](#) ou [laboratoires de diagnostic ou de recherche\(linkisexternal\)](#).

Consultez ces pages pour des mises à jour quotidiennes.

Restez au courant des derniers chiffres via le [rapport épidémiologique](#) quotidien ou nos [graphiques dynamiques\(linkisexternal\)](#).

## 2.2. Propagation, symptômes et évolution

(Source : <https://www.info-coronavirus.be/fr/faq/>)

### Comment le Covid-19 se propage-t-il ?

Le coronavirus se transmet d'une personne à l'autre par de petites gouttelettes libérées par la toux et les éternuements. Par ces gouttelettes, le virus se retrouve dans l'air, sur les objets et les surfaces. Le virus peut ainsi contaminer ceux qui inhalent ces gouttelettes ou les introduisent, par leurs mains, dans leur bouche, leur nez ou leurs yeux. Il n'y a aucune preuve que la contamination se fasse par la peau. Le risque de contamination peut être réduit en gardant une distance de plus de 1,5 mètre avec les personnes malades, en se touchant le moins possible le visage et en veillant à une bonne hygiène des mains.

Pour en savoir plus sur la propagation du COVID-19, consultez le site web du gouvernement.

### Période d'incubation

Jusqu'à présent, le délai entre la contamination et les premiers symptômes (période d'incubation) semblait être de 2 à 14 jours. Cependant, de nouvelles données indiquent une période d'incubation moyenne plus courte, de 5 à 7 jours. Pendant cette période d'incubation, le virus est probablement déjà transmissible.

Des recherches supplémentaires sont nécessaires et actuellement en cours pour comprendre pleinement comment et quand se produit le pic de transmission du virus.

### Quels sont les symptômes ?

Les symptômes vont d'une maladie respiratoire légère à sévère avec fièvre, toux et difficultés respiratoires.

### Quels sont les groupes à risque ?

Certains groupes de population sont considérés comme "à risque" ; ils sont plus vulnérables au développement de symptômes graves. Il s'agit principalement de personnes âgées de plus de 65 ans, de personnes souffrant de maladies chroniques graves (diabète, troubles cardiaques, pulmonaires ou rénaux) et de personnes dont le système immunitaire est affaibli. Le risque qu'une personne en bonne santé, âgée de vingt, trente ou quarante ans, contracte le coronavirus est tout aussi élevé que le risque qu'une autre personne le contracte. Les hospitalisations et autres complications liées au coronavirus sont rares dans ces tranches d'âge.

Il n'existe aucune preuve scientifique que les femmes enceintes sont plus sensibles à la Covid-19, ou à ses effets. Il est rassurant de constater qu'il y a peu de femmes enceintes parmi les patients très malades. Il n'existe pas non plus de preuve que l'infection par Covid-19 pendant la grossesse ait un effet néfaste sur le fœtus ou que le virus puisse être transmis de la mère à l'enfant pendant la grossesse.

Les bébés et les enfants peuvent également être infectés par le coronavirus, mais ils ont peu de risques d'être gravement atteints. Ils peuvent cependant facilement transmettre le virus, même s'ils ne présentent pas encore de symptômes. Le gouvernement recommande donc d'éviter tout contact entre les enfants et les personnes à risque, comme leurs grands-parents.

### 3. Mesures de protection de la population

Le gouvernement prend des mesures pour protéger les groupes vulnérables et pour limiter et ralentir la propagation du coronavirus en évitant les situations où un grand nombre de personnes se rassemblent et en réduisant les risques de contact entre une personne éventuellement contaminée et des personnes en bonne santé. En outre, vous pouvez prévenir l'infection en suivant les directives ci-dessous.

[Revenir au site](#)

## COMMENT SE PROTÉGER CONTRE LES VIRUS COMME LE CORONAVIRUS COVID-19 OU LA GRIPPE SAISONNIÈRE ?

1

LAVEZ-VOUS RÉGULIÈREMENT LES MAINS.



2

UTILISEZ TOUJOURS DES MOUCHOIRS EN PAPIER. UN MOUCHOIR NE S'UTILISE QU'UNE FOIS. JETEZ-LE ENSUITE DANS UNE POUBELLE FERMÉE.



3

SI VOUS N'AVEZ PAS DE MOUCHOIR À PORTÉE DE MAIN, ÉTERNUEZ OU TOUSSEZ DANS LE PLI DU COUDE.



4

RESTEZ À LA MAISON SI VOUS ÊTES MALADE.



TOUTES LES INFORMATIONS SUR  
[www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)



service public fédéral  
SANTÉ PUBLIQUE,  
SECURITE DE LA CHAÎNE ALIMENTAIRE  
ET ENVIRONNEMENT

E.R. TOM AUWERS, PLACE VICTOR HORTA 40/10, 1060 BRUXELLES



[Téléchargez ici l'affiche pour vous-même et/ou votre cabinet](#)

## 4. Mesures de protection dans le cabinet de shiatsu

### 4.1. Règlementation

Respectez la réglementation en vigueur et informez-vous régulièrement sur les mesures (fédérales, régionales, locales, ...) coronavirus prises. Les normes du Guide pour la réouverture des entreprises du SPF Travail sont intégrées dans ce protocole.

Si vous travaillez (également) dans un cabinet externe, consultez et respectez le guide corona du lieu de travail.

<https://www.info-coronavirus.be/fr/>

[https://emploi.belgique.be/sites/default/files/content/news/Guidegenerique\\_version3.pdf](https://emploi.belgique.be/sites/default/files/content/news/Guidegenerique_version3.pdf)

<https://economie.fgov.be/fr/themes/entreprises/coronavirus/coronavirus-informations-pour>

### 4.2. Coordinateur Covid

Désignez un responsable Covid pour votre cabinet et/ou centre de formation. Si vous êtes un indépendant sans personnel, vous êtes ce responsable. Le responsable Covid établit un plan d'hygiène et un protocole de gestion pour son cabinet. Vous pouvez utiliser ce protocole de gestion comme ligne directrice. (Voir également la liste de contrôle en annexe). Le responsable Covid est chargé de la supervision et de l'application des mesures et de leur amélioration permanente.

### 4.3. Communication et information

Généralités : Veillez à communiquer de la meilleure manière les mesures de prévention à toutes les parties prenantes (clients, fournisseurs, ...). Communiquez-les oralement, par le biais d'affiches dans votre cabinet et sur votre site web.

Informez toujours votre client à l'avance des mesures d'hygiène prises. Indiquez le nom et les coordonnées du coordinateur Covid sur l'affiche que vous accrochez dans votre cabinet à un endroit bien visible.

Règles minimales à communiquer :

- Gardez une distance de 1,5 m
- Venez seul au rendez-vous
- Ne venez pas si vous ou l'un de vos proches présentez des symptômes
- Suivez toujours attentivement les instructions du personnel du cabinet
- Ne serrez pas la main, n'embrassez pas en guise de salutation
- Parlez le moins possible pendant la séance de shiatsu
- Instructions générales : toussiez ou éternuez dans votre coude ou dans une serviette en papier qui est immédiatement jetée dans une poubelle avec couvercle, lavez-vous les mains à l'arrivée et au départ, etc.

### 4.4. Règles de distanciation

#### Cabinet individuel

Planifiez vos rendez-vous de manière à ce qu'il n'y ait qu'un seul client à la fois dans votre cabinet. Demandez au client de venir à l'heure exacte. La salle d'attente peut être réutilisée depuis le 1.6.2021 ainsi que les magazines. La pause obligatoire entre deux rendez-vous n'est plus d'application depuis le 30.7.2021.

### **Cabinet collectif**

Si vous travaillez à plusieurs dans un cabinet collectif, gardez à l'esprit les règles générales de distanciation de 1,5 m et portez un masque chirurgical. Si vous utilisez la même salle de repos, prenez vos pauses à des moments différents.

Veillez à ce que les heures de départ des clients soient décalées afin qu'ils ne se croisent pas dans le hall.

Les traitements en duo ne sont pas autorisés.

### **Enfants et personnes ayant besoin d'aide**

Les personnes qui ont besoin d'assistance peuvent être accompagnées par un adulte.

Les mêmes mesures d'hygiène s'appliquent à l'adulte qui accompagne.

Les enfants de moins de 13 ans peuvent être accompagnés d'un seul parent. Prévoyez des horaires séparés pour les enfants. Ne permettez pas aux enfants de se réunir dans une même pièce (sauf pour les enfants d'une même famille). Si nécessaire, suggérez aux parents d'apporter un jeu/une activité pour chaque enfant. Veillez à ce que les parents et les enfants se lavent les mains à leur arrivée. Accompagnez l'enfant s'il doit aller aux toilettes et nettoyez-les ensuite.

Pour les enfants plus âgés, le parent non indispensable attendra à l'extérieur.

**Le praticien ambulatoire de shiatsu** : Prestations à domicile autorisées à partir de 1.6.2021 avec les mêmes conditions que dans le commerce ou le cabinet si ce n'est qu'il n'est pas obligatoire de se munir d'un détecteur CO<sup>2</sup> mais il faut veiller à l'aération et ventilation de la pièce.

### **4.5. Durée de la séance de shiatsu**

Limitez la présence de votre client dans votre cabinet à la durée de la séance de shiatsu. Il est toujours interdit de consacrer le temps de séance à des activités 'extra-professionnelles', comme offrir du thé.

### **4.6. Hygiène**

Généralités : assurer une bonne hygiène de base.

#### **Le client : Accueil - Départ**

Ouvrez et fermez la ou les portes vous-même.

Accueillez vos clients sans poignée de main, ni baiser, ou étreinte.

Si nécessaire, vous pouvez prendre la température de vos clients à leur arrivée. Si leur température corporelle est excessive, demandez-leur de contacter un médecin et annulez le rendez-vous. Faites de même si vous constatez des symptômes visibles d'infection respiratoire.

N'aidez pas vos clients à mettre leur manteau, laissez-les l'enlever et l'accrocher eux-mêmes. Il n'est pas recommandé d'installer un vestiaire. Encouragez vos clients à laisser leur manteau dans leur véhicule ou dans leur sac. Gardez les vêtements des différentes personnes séparés les uns des autres.

Demandez à l'avance à votre client de porter des vêtements confortables afin qu'il n'ait pas à se changer dans le cabinet.

Votre client (âgé de plus de 12 ans) doit porter un masque buccal, une alternative telle qu'un foulard ou un bandana n'est pas autorisée. Conservez un stock de masques buccaux au cas où il n'en aurait pas. Les personnes qui, en raison d'un handicap attesté par un certificat médical, ne peuvent pas porter de masque buccal, ou une alternative en tissu ou un écran facial, ne sont pas concernées par cette obligation.

Les moyens nécessaires à l'hygiène des mains sont mis à disposition à l'entrée et dans différents endroits.

Nettoyez-vous les mains avant et après le traitement.

Vidéo d'instruction sur le lavage des mains :

<https://www.youtube.com/watch?v=ioppHbcUk-0&feature=youtu.be>

Vidéo d'instruction sur la désinfection des mains :

<https://www.youtube.com/watch?v=fKXAoVYbjA&feature=youtu.be>

Depuis le 30.7.2021 il est de nouveau permis d'offrir de la nourriture, des boissons et des collations.

Rappelez à votre client les règles à appliquer en cas de quinte de toux et d'éternuements et demandez-lui de ne pas toucher son visage pendant le traitement.

Encouragez votre client à payer par voie électronique, de préférence sans contact. Nettoyez le terminal de paiement après chaque utilisation.

### **La séance de shiatsu**

Évitez de traiter le visage de votre client. Évitez de pénétrer dans son espace respiratoire ou de vous tenir longuement au-dessus de sa bouche et de son nez. Le cas échéant, le masque buccal peut être retiré pendant le temps strictement nécessaire au traitement du visage.

### **Le praticien du shiatsu (protection personnelle)**

Vous devez prendre votre température tous les jours avant de commencer à travailler. Si vous êtes fiévreux, annulez vos rendez-vous.

Vous êtes tenu de porter un masque buccal chirurgical approuvé par la CE.

Ne portez pas de bijoux tels que des bracelets ou des bagues, ni de bracelet-montre.

Lavez-vous les mains avant et après la séance de shiatsu.

Portez des vêtements à manches courtes, afin de pouvoir vous nettoyer les avant-bras en même temps que les mains.

Couvrez les petites blessures (cela facilite le nettoyage).

Lavez vos vêtements de travail tous les jours à une température minimale de 60 °C, séparément de vos vêtements privés.

### **Le cabinet**

Généralités : Un client est autorisé par 10 m<sup>2</sup> de surface accessible aux clients.

Organisez l'espace de manière à ce que les produits qui sont exposés à la vente ne soient pas à la portée des clients.

Retirez dans toute la mesure du possible du cabinet tous les revêtements en tissu.

Préparez un récipient dans lequel le client pourra mettre ses lunettes, montre, bijoux, ... (à nettoyer également après chaque utilisation).



Utilisez des poubelles à couvercle ; videz-les et nettoyez-les régulièrement.

#### **Les toilettes**

Fournissez des serviettes en papier et pas en tissu ni de sèche-mains électrique.

Demandez à vos clients de baisser le couvercle des toilettes avant de tirer la chasse d'eau.

#### **4.7. Nettoyage**

Aménagez vos locaux de manière à ce qu'ils puissent être facilement nettoyés : enlevez tous les objets décoratifs.

Après chaque client, nettoyez toutes les surfaces susceptibles d'avoir été touchées (table, chaise, poignée, etc.).

Utilisez des housses jetables pour la tête de votre futon, ou le body-cushion, ou lavez vos housses en coton à une température minimale de 60 °C.

Mettez une serviette propre sur le futon ou sur la table de massage pour chaque nouveau client. Vous pouvez également leur demander d'apporter une grande serviette. Lavez votre linge à une température minimale de 60 °C, séparément de votre linge privé.

Placez des sacs en plastique dans vos poubelles et remplacez-les régulièrement. Nettoyez et désinfectez les poubelles.

Nettoyez chaque soir votre espace de travail à l'eau et au savon. Lavez les torchons et les serpillières tous les jours à une température minimale de 60 °C.

#### **4.8. Ventilation des locaux**

La pièce doit être suffisamment aérée, au moins en ouvrant les fenêtres et les portes, même par mauvais temps. Si la pièce est équipée d'un compteur de CO2 qui mesure la concentration réelle en CO2 en continu et en temps réel, les fenêtres et les portes peuvent rester fermées. Si la concentration en CO2 est trop élevée, c'est-à-dire supérieure à 900 ppm, il faut améliorer la ventilation du local pour que la concentration tombe en-dessous de 900 ppm. (adapté le 1.6.2021)

#### **4.9. Gestion des personnes contaminées**

Utilisez l'application Coronalert pour la recherche des contacts.

Demandez à votre client de reporter le rendez-vous si lui-même ou une personne avec qui il vit a présenté des symptômes d'infection des voies respiratoires supérieures ou inférieures au cours des deux dernières semaines. En cas de doute, conseillez-lui d'appeler son médecin traitant. S'il est positif, ne le laissez pas venir au rendez-vous.

Informez vos collaborateurs et vos clients de la possibilité d'une vaccination volontaire.

Vous trouverez toutes les informations relatives aux règles applicables en matière de tests et de politique de quarantaine sur : <https://www.info-coronavirus.be/fr/>.

#### **4.10. Covid-19 et immunité**

Pour endiguer la contamination, la politique du gouvernement se fonde sur les règles de protection anti-corona, l'application Coronalert et la vaccination volontaire.

En tant que praticiens du shiatsu, nous nous efforçons également de renforcer au maximum le système immunitaire de nos clients grâce au shiatsu et à un mode de vie sain.

#### **4.11. Conformité et mise en œuvre**

Le gouvernement nous demande de veiller au respect de ce protocole de gestion Covid.

Contrôle de première ligne : Le responsable Covid désigné vérifie le respect des lignes directrices.

Surveillance de deuxième niveau : Nous comptons sur votre sens des responsabilités pour suivre correctement ces lignes directrices. S'il apparaît que le protocole de traitement Covid est délibérément ignoré, vous courez le risque que la FBS, en tant qu'organisation professionnelle, doive intervenir.

Contrôle de troisième ligne : Des contrôles seront effectués sur le respect des règles précisées dans ce protocole par les autorités.

## 5. Autres informations

Cliquez ici pour le "Guide pour l'ouverture des commerces », mise à jour du 12.01.2021, du SPF Economie :

<https://economie.fgov.be/sites/default/files/Files/Publications/files/coronavirus-guide-ouverture-commerces.pdf>.

Pour plus d'informations et pour connaître l'état actuel du coronavirus, ainsi que les mesures prises par le gouvernement dans ce domaine, consultez les sites web suivants :

<https://www.info-coronavirus.be/fr/>

[www.info-corona.be](http://www.info-corona.be)

[www.sciensano.be](http://www.sciensano.be)

[www.health.belgium.be](http://www.health.belgium.be)

**Annexe** : Liste de contrôle de la Commission gouvernementale Coronavirus